Rok VII. Wychodzi w Krakowie w połowie każdego miesiąca. 1895.

PRZEWODNIK HYGIENICZNY

ORGAN TOWARZYSTWA OPIEKI ZDROWIA*)

założony przez prof. Dr. H. Jordana.

„Zdrowie — to szczęście i potęga“.

Członkowie Towarzystwa otrzymują czasopismo bezpłatnie.

Przedpłata w Galicyi wynosi **złr. 3,** (dla nauczycieli szkół ludowych **1 złr.**); w Królestwie Polskiem **3 r. sr. 50 kop.,** (w Warszawie **3 ruble**), w Niemczech **mar. 5,** we Francyi **fr. 7.**

Inseraty oblicza się po 10 złr. za jedną stronnicę, mniejsze w tym samym stosunku.

Przedpłatę i ogłoszenia przyjmuje w Krakowie Tow. Opieki zdrowia: Wiślna 5. i księgarnia S. A. Krzyżanowskiego, w Warszawie: księgarnia Gebethnera i Wolffa.

Nr. 12.	Redakcya: Mikołajska 8, Administracya: Wiślna 5. Redaktor: **Dr. Paweł Radecki.**	Grudzień.

Od Wydawnictwa.

Od roku przyszłego obejmuje wydawnictwo

„PRZEWODNIKA HYGIENICZNEGO“

P. Dr. Paweł Radecki

który pismo to w ostatnich latach redagował. Do Niego przeto upraszam przesyłać prenumeratę i wszelkie korespondencye.

Kraków 15 grudnia 1895 r.

Dr. Henryk Jordan.

*) Członkiem Towarzystwa opieki zdrowia może być każdy, kto na jego cele złoży 2 złr. rocznej wkładki.

Choroba naszego wieku.

Według poglądów Dra medycyny H. LAHMANNA

skreślił

WIKTOR DOLEŻAN.

(Dokończenie).

Błędna dyetetyka panuje jednak nietylko w szerokich warstwach ludu, lecz również w sferach lepiej się mających materyalnie tak, że niedostateczne odżywianie narządu nerwowego stanowi dzisiaj główny powód nerwowości u wszystkich. Dlatego też niemoc nerwową można zwalczyć jedynie, przez należyte pouczenie o rozsądnej dyecie i przez ogólną zmianę zasad wychowania i nauki. Przedewszystkiem należy pośpieszyć z pomocą ludziom, którzy jęli się oświecania publiczności na polu hygieny, ale niemniej i tym, którzy w ostatnich czasach na nowo podnieśli kwestyę reform szkolnych. Co do niezmiernie ciekawej sprawy samego postępowania z niemocą nerwową, to doprawdy nie wiele da się powiedzieć. Na nieszczęście rozdział ten sztuki lekarskiej był przez długi czas traktowany po macoszemu, a skutkiem tego zapanowały wszechwładnie oszukańcze środki lecznicze. Właśnie dlatego, że doniedawna ze strony lekarzy nic nie robiono w sprawie niemocy nerwowej, dla braku pozytywnych wiadomości, mieli szarlatani ułatwione zadanie. We wszystkich ogłoszeniach owych „niezawodnych środków“ znajdziemy wyliczenie wszelkich możliwych objawów nerwowych. I stąd też bierze się takie zaufanie nieoświeconej publiczności do tych leków cudownych; z wyszukaną przebiegłością bowiem umieją fabrykanci tych środków wybrać tylko takie objawy, w obec których ścisła umiejętność jest bezsilną.

Jak już wyżej wspomnieliśmy istota nerwowości tkwi w tem, że narząd nerwowy osłabiony skutkiem upośledzonego odżywiania wewnętrznego lub skutkiem przepracowania

nie dorasta do wymagań stawianych przez codzienne zajęcia zawodowe i wszelkie wpływy zewnętrzne odczuwa jako bodźce drażniące. Leczenie więc musi w pierwszym rzędzie polegać na dyetetycznem wzmocnieniu nerwów i na systematycznem przyzwyczajaniu ich do naturalnych dyetetycznych i mechanicznych bodźców, tak, aby przy powolnem przejściu do silniejszych wymagań stawianych narządowi nerwowemu tenże potrafił im sprostać. Nigdy jednak — niech o tem każdy pamięta — nie należy mieć na oku leczenia zapomocą środków odprowadzających, wcieralnych lub wewnętrznych.

Brzmi to nieco oryginalnie, że już przedrażnione nerwy chcemy uleczyć nowymi pobudkami; ale proces ten stanie się zupełnie jasnym, jeśli zastanowimy się cokolwiek nad przykładem, który podajemy:

Znaną jest rzeczą, że jeśli od naszych mięśni żądamy wykonania jakiejś pracy, do której one nie dorosły, lub którą tylko z wielkim wysiłkiem energii zdołamy uskutecznić, występuje potem jako skutek silna t. zw. „febra gimnastyczna“. Gimnastyk natomiast, który systematycznie przygotowuje się do wykonania tejsamej pracy, jest w stanie tak wzmocnić przez ustawiczne ćwiczenie pewną grupę mięśni, że z zadania tego wywiąże się z największą łatwością. Tak samo należy postępować z narządem nerwowym, który już z natury swej niedomagał i dlatego nie dorósł do wpływów życiowych, do zwiększonych wymagań zawodu, albo też już skutkiem rozpaczliwych wysiłków nabawił się „febry gimnastycznej“ nerwów. Trzeba więc i nerwy wszkolić, systematycznie wzmacniać. Prawda, że sprawa ta nie przedstawia się tutaj tak prosto, jak w narzędzie mięśniowym, gdyż na nerwy można oddziaływać tylko pośrednio. Aby jednak wiedzieć, jak zapomocą stosownego odżywienia, czynności mięśni, narządu skóry, błon śluzowych, następnie przez mechaniczne działanie, (miesienie i t. p.), wreszcie przez wpływ duchowy

można oddziaływać na narząd nerwowy i zmienić go, na to trzeba być wykształconym gruntownie pod względem lekarskim, fizyologicznym i socyalnym, a co cała zgraja szarlatanów chce łączyć u siebie w jednej osobie, choć nie ma ku temu najmniejszej podstawy.

Utarło się powszechnie dzisiaj mniemanie, że chorych na niemoc nerwową należy leczyć w zakładach wodoleczniczych. W lżejszych wypadkach, mających swe źródło w nieprawidłowej przemianie materyi, jednostronnych czynnościach, siedzącym trybie życia i t. p. wytwarzają co prawda, stosowne zimne nacierania i kąpiele pobudki, które wystarczają zupełnie szczególnie przy zupełnym spokoju i braku napięcia, do pobudzenia wymiany materyi, apetytu i wydzielin.

Miesienie przez służbę kąpielową może również służyć przy względnym spokoju za korzystną podnietę. Po powrocie do zajęć zwykłych będzie chory czuł się istotnie wzmocniony i wypoczęty, a zatrudnienia publiczne i domowe nie sprawią na nim większego wrażenia, niż zimne kąpiele i nacierania, do których się już przyzwyczaił.

W cięższych i przestarzałych wypadkach jednak nie wystarcza już ten szablon. U jednych trzeba usunąć skutki kuracyi osłabiającej, u drugich należy wydalić powstrzymane produkty rozkładowe, u innych znowu przeciwdziałać uporczywemu osłabieniu żołądka przez odpowiedni masaż i to wykonywany ręką wprawną, u czwartego wreszcie wskazaną jest rzeczą usunięcie przestarzałych zapalnych wypocin w narządach brzusznych, gdyż wpływają one porażająco na cały sympatyczny narząd nerwowy. Tutaj więc nie wystarczą już zimne procedury wodolecznicze, owszem trzeba zastosować w jednym wypadku wilgotne ciepło w postaci okładów, w innym ogólne kąpiele lub miejscowe, a trzecim kąpiele powietrzne i słoneczne jako najdzielniejszy środek

pobudzający i wydzielniczy, a wreszcie najróżnorodniejsze zabiegi.

Na co jednak prawie nigdy nie zważa się we wszystkich przebiegach, to na leczenie dyetetyczne. Jak już wiemy, chodzi w ogóle przy niemocy rzeczonej o odżywianie, gdyż energia nerwów zależy wprost od odżywiania. W przebiegach chronicznych znowu należy zastąpić materyał niepożyteczny, szkodzący nawet czynnościom nerwowym, przez materyał lepszy, a pożyteczny dla nerwów i ciała. Przeważna liczba chorych cierpi na nerwowe osłabienie trawienia, a jeśli po jedzeniu dręczy ich ucisk żołądka, mają uczucie przesytu, doznają odbijania, to są przekonani, że powinni się odżywiać tylko pokarmem mięsnym i zupami. Prawda, że w tym wypadku nie będą doznawać wzdęć i innych dolegliwości w trawieniu, ale czy tego rodzaju postępowanie odżywi istotnie ich nerwy? Dyeta taka pogorszy tylko ogólne osłabienie nerwowe i będzie najlepszym dowodem, że ciału brakuje najważniejszych pierwiastków, odżywiających krew i nerwy, a mianowicie t. zw. soli odżywczych. Tych ostatnich należy przedewszystkiem szukać w jarzynach, sałatach i owocach. Jednakowoż jeśli środki te spożywcze mają przynieść korzyść, to znaczy odżywić organizm, powinne być odpowiednio przygotowane, łatwo strawne. A tymczasem cóż wykazuje praktyka? Rozpowszechniony dziś sposób gotowania na nic nie zda się chorującym na nerwy, gdyż skutkiem zaparzania i wygotowywania jarzyn, skutkiem dodawania korzeni i znacznej ilości soli środki te stają się z jednej strony ciężko strawnymi, a z drugiej mniej wartościowymi, t. z. uboższymi w sole pożywne. Można udowodnić setkami pacyentów z wszelkiej kategorji, pomiędzy którymi jest wielu cierpiących właśnie na nerwowe zaburzenia w trawieniu, że racjonalna kuchnia, różniąca się na zewnątrz nie wiele od dobrej kuchni hotelowej, może dostarczyć wszelkich zdrowych pokarmów,

w postaci dla każdego łatwo strawnej. Dopiero przy użyciu tego rodzaju kuracyi dyetetycznej można usunąć właściwy powód nerwowej niemocy. Tymczasem dzisiaj rozumie się przez kurację dyetetyczną, leczenie tuczące lub kuracyę głodową, albo nawet w niektórych miejscach kąpielowych i zakładach musi ją zastąpić kuchnia hotelowa.

Pod tym względem konieczna jest gruntowna reforma. Tylko przy uwzględnieniu dyetetyki w najszerszem znaczeniu można mówić o trwałych rezultatach w leczeniu niemocy nerwowej, przeciwdziałać dziedzicznej skłonności do nerwowości, i zapobiedz owemu słabnięciu energii życiowej u wszystkich ludów. A gdy nerwy naszych społeczeństw wzmocnią się, potrafią one rozwiązać i najżywotniejszą obecnie kwestyę społeczną.

Zapobieganie utracie wzroku.

W bieżącym roku odbył się kongres nauczycieli zakładów dla ociemniałych, a z pośród licznych odczytów i rozpraw, powszechne zajęcie obudził wykład Dra Stielera lekarza zakładu dla ociemniałych w Monachium, na temat zapobiegania utracie wzroku.

O ile nauka jest bezsilną wobec niektórych cierpień oka szczególnie mózgowego pochodzenia, o tyle przeważna część chorób oka jest uleczalną, byle tylko wcześnie dostała się w ręce lekarza, o tyle można im zapobiegać. Więcej niż trzecią część w zakładach dla ociemniałych stanowią wychowańcy, którzy utracili wzrok z powodu „zapalenia ócz noworodków“. Wyrzut to straszny dla społeczeństwa, skoro się wie, że według tak zw. sposobu Credégo, wystarczy jedna kropla 2% rozczynu azotanu srebrowego, ażeby uchronić oko noworodka od utraty wzroku na całe życie. Sposób

ten stósowany we wszystkich klinikach położniczych, oddaje zawsze niezawodne usługi, a jeżeli mimo to liczba tych kalek w zakładach jeszcze nieznacznie się zmniejsza, to przyczyny szukać należy w tem, że gdzie nie zawezwano lekarza, kobieta położna zaniedbała tego sposobu zapobiegawczego. Dlatego radzi Dr. Stieler. aby we wszystkich szkołach dla położnych zaprowadzono obowiązkowe nauczanie tego sposobu. W dyskusyi zauważył dyrektor instytutu Mecker, że z liczby 36.000 ociemniałych dzieci w państwie niemieckiem, 15.000 utraciło wzrok z powodu zapalenia noworodków; cyfra ta może zbyt wysoka, gdyż według zestawienia prof. Magnusa 10·9% oślepnięć przypada na to cierpienie. Czy ta, czy owa cyfra w każdym razie jest ona przerażająca, i wzywa do posługiwania się sposobem pewnym a niewinnym.

Oceny i sprawozdania

przez Dr. P. Radeckiego.

Dr. Zygmunt Dzikowski. Sprawozdanie o przebiegu cholery azyatyckiej w pow. Podhajeckim w r. 1894. *Przemyśl 1895. Str. 28.*

Książka niniejsza nie tylko przedstawia ścisłe sprawozdanie dzielnego lekarza powiatowego, ale jest pracą naukową nieuprzedzającego się badacza. Autor kroczy w porządku chronologicznym, gmina za gminą odpowiednio do wybuchu cholery w różnych częściach powiatu. podając wreszcie jako wynik spostrzeżeń, wnioski i uwagi własne:

Że cholera azyatycka, jeśli nie wyłącznie, to przeważnie tylko za pośrednictwem wody może przybrać rozmiary epidemii: że w miejscowościach pierwszego pojawienia się występuje bardzo gwałtownie: że czem woda (rzeka,

potok, strumyk), mniejsza i w biegu leniwsza, a zaludnienie gęściejsze, tem epidemia gwałtowniejsza, tak co do nasilenia chorobowego, jakoteż rozpostarcia; czem ludność uboższa, tem samem źle żywiona i mniej odporna, tem epidemia groźniejsza; spostrzeżenie kliniczne, że dzieci i starcy dają największy odsetek śmiertelności.

Co zaś do akcyi przeciwcholerycznej, wypływa to racyonalne wskazanie, iż pierwszym czynnikiem ochronnym jest:

1) zapewnienie gminom dobrej studziennej (źródlanej) wody;

2) dobre żywienie się ludu, dobra organizacya nadzorców chorych i dziesiętników;

3) bezwzględne izolowanie ognisk zarazy i najobszerniejsza desinfekcya — zatem idzie:

4) niszczenie przedmiotów zanieczyszczonych (bielizny, pościeli, odzieży chorych) za pomocą ognia;

5) bezwzględne posłuszeństwo i karność personalu przy akcyi cholerycznej używanego.

Wszystkie anticholeryczne zarządzenia, jakkolwiek nieraz bardzo surowe, odpowiednio do miejscowych stosunków, wykonywane były z całą ścisłością, tak, że z tego powodu władza nigdzie nie znalazła żadnego uporu. Przeciwnie, udność widząc zbawienne skutki wydanych zarządzeń, a nadto pouczana przy każdej nadarzającej się sposobności, okazywała wielkie zaufanie do władzy, a w ten sposób zdołano osiągnąć pomyślny rezultat.

Wiadomości bieżące.

Ludwik Teichmann profesor anatomii w Uniwersytecie Jagiellońskim, zmarł 24 listopada.

Był światłem i chlubą nauki; pozostawił imię i dzieła wiekopomne.

Międzynarodowa wystawa dla fizycznego wychowania hygieny i sportu odbędzie się w roku 1896 w Insbruku pod protektoratem Arcyksięcia Ferdynanda Karola. Honorowymi prezydentami są: hr. Merveldt, namiestnik Tyrolu i hr. Brandis; prezydentem Dr. Mörz, burmistrz miasta, generalnym sekretarzem radca Dr. Kofler; do komisyi należy 40 członków.

Wystawa obejmuje dwanaście grup: pielęgnowanie i fizyczne wychowanie dziecka; gimnastyka, pływanie, wiosłowanie, szermierka; zabawy i gry; sport lodowy; jazda konna; jazda na kole; turystyka; polowanie i rybołostwo; przybory do podróży; zapaśnictwo; hygiena publiczna i prywatna.

Wystawa trwać będzie od maja do października; zgłoszenia przyjmuje komitet do 15 lutego p. r. Wnioskując z doboru członków komitetu i energii generalnego sekretaryatu, wystawie wróżyć można wielkie powodzenie.

Rada m. Podhajec, obdarzyła obywatelstwem honorowem Dr. Zygmunta Dzikowskiego, obecnie lekarza powiatowego w Przemyślu, za Jego dzielną i obywatelską działalność w powiecie.

Sprostowanie: W N-rze 10, na stronie 190, zamiast „komórki przybłonkowe“ ma być komórki „przybłonkowate“.

P. Wiktor Doležan pracuje obecnie nad obszernem studyum o wyskoku, a przeznaczonem dla naszego pisma.

Z rzetelnem zadowoleniem dowiadujemy się o wzmagających się w ostatnich czasach zapotrzebowaniach wód hygienicznych z krakowskiej, zaszczytnie znanej fabryki pp. Rzący i Chmurskiego. Oprócz wód leczniczych, zakład wyrabia obecnie dziesięć kroć większą ilość wody sodowej hygienicznej, do której w interesie własnego zdrowia zwrócili się mieszkańcy Krakowa. Przypuszczamy, że ilość fabrykowanej wody wzmoże się jeszcze, skoro choć dziesiąty mieszkaniec naszego miasta przeczyta rozbiór wód studziennnych Krakowa, dokonany przez Prof. Dra Bujwida. Fabryce pp. Rzący i Chmurskiego, stojącej na wysokości wymagań nowoczesnej hygieny, szczerze życzymy jak najszerszego rozwoju.

Komisya sanitarna krakowska odbyła w dniu 16 b. m. pod przewodnictwem Prezydenta miasta posiedzenie zwyczajne,

na którem fizyk miejski podał do wiadomości liczby odnoszące się do śmiertelności w Krakowie w ubiegłych miesiącach. Procent zmarłych na choroby zakaźne wynosił w październiku r. b. 16·4. Kosztem miasta szczepiono 1923 osób, rewakcynowano 1021 głównie z powodu rozporządzenia w tej mierze krajowej rady szkolnej. Dr. Bujwid wniósł, by wiadomości obchodzące ogół udzielać za pośrednictwem dzienników, na co wyjaśniono, iż to już się dzieje i dalej też dziać będzie. Fizyk miejski wyjaśnił sprawę budowy osobnego, miejskiego szpitala dla chorób zakaźnych i uwiadomił, iż Magistrat w myśl wniosku r. m. Dra Pareńskiego wezwał lekarzy miejscowych do wypełniania ściśle obowiązku donoszenia o przypadkach chorób zakaźnych, co też coraz częściej dzieje się, niż dawniej. Weterynarz miejski Papée uwiadomił, iż Magistrat spełniając wniosek r. m. Dra Domańskiego co do potrzeby ściślejszej kontroli nad mięsem w mieście sprzedawanem, mianowicie sprowadzanem z poza rogatek zamierza dodać komisarzowi targowemu do pomocy osobnego weterynarza i w tej mierze pełnej Radzie miejskiej stósowne przedstawi wnioski, następnie doniósł, iż w Krakowie pojawia się ciągle jeszcze wścieklizna u psów, których z tego powodu ubito 850, iż osoby pokąsane przez psy wściekłe przekazywano prof Bujwidowi do właściwego szczepienia, tudziez iż jedna obywatelka pokąsana przez własnego, małego psa pokojowego, która mimo namowy nie chciała poddać się leczeniu, na wściekliznę zmarła. Zgodzono się, iż ze względów sanitarnych można pozwolić na branie psów do powozów publicznych pod warunkiem, by psy miały kagańce. Przyjęto referat Dra Ponikły w sprawie urządzenia zakładu czyszczenia jelit. W końcu weterynarz miejski Papée w obszernym i gruntownym elaboracie zdał sprawę z wniosku r. m. Dra Domańskiego w kwestyi niszczenia padliny i mięsa skonfiskowanego w sposób dla zdrowia ludzkiego całkiem bezpieczny i oświadczył się za zbudowaniem na ten cel osobnego zakładu z przyrządem systemu Podewila. Wniosek ten przyjęto i uznano potrzebę jak najrychlejszego jego wykonania, by zapobiedz nadużyciom a tem samem i niebezpieczeństwu z odkopywania padliny.

ROZMAITOŚCI.

Kiła w Rosyi. W listopadzie przyszłego roku odbędzie się w Petersburgu przy departamencie lekarskim ministeryum spraw wewnę-

trznych zjazd celem obmyślenia środków przeciwko szerzeniu się kiły w Rosyi. Program zjazdu w streszczeniu przedstawia się jak następuje:

I. Kiła wśród ludności wiejskiej.

1) Liczba chorych syfilitycznych i wenerycznych w ciągu ostatnich lat 5 (od 1889 do 1893 r. włącznie), w guberniach, powiatach, wsiach.

2) Źródła, drogi i sposoby szerzenia się kiły i chorób wenerycznych. Wpływ pewnych gałęzi przemysłu, jarmarków, portów i innych miejsc czasowego skupienia ludzi.

3) Wiadomości o czasie pojawienia się kiły w danej miejscowości i o warunkach szerzeniu się sprzyjających.

4) Regulacya i środki wykrycia chorych (oględziny lekarskie, nadzór nad fabrykami, jarmarkami i t. p.).

5) Środki przeciwko szerzeniu się kiły. Organizacya zapobiegawcza. Opieka szpitalna, warunki wypisu ze szpitali. Leczenie domowe. Tabory ruchome do leczenia kiłowych, liczba, skład i wyniki działalności takowych.

6) Wadliwość obecnych środków zapobiegawczych i wnioski o środkach które należałoby zastosować zależnie od warunków danych miejscowości.

II. Kiła wśród miejskiej ludności.

1) Liczba chorych w ciągu ostatnich lat 5. Kiła w szkołach.

2) Sposoby szerzenia się kiły.

3) Regestracya i środki wykrycia chorych. Nadzór nad fabrykami, robotnikami, usługą w jadłodajniach, szynkach, łaźniach, miejscach sprzedaży artykułów spożywczych, usługa w domach prywatnych. Nadzór nad mamkami.

4) Kiła w domach wychowawczych i domach podrzutków.

5) i 6) jak w poprzednim rozdziale.

Rozdział III odnosi się do kiły wśród wojska i marynarki.

IV. Skład i przygotowanie personalu do walki z kiłą.

V. Nadzór nad prostytucyą.

1) Wiadomości o liczbie domów tolerowanych i kobiet publicznych w różnych miastach. Prostytucya śród miejskiej ludności. Liczba prostytutek kiłowo chorych w ciągu ostatnich lat 5-ciu z podziałem na postacie choroby. Dane statystyczne o wpływie prostytucyi (jawnej i tajnej) na szerzenie się kiły.

2) Regestracya prostytutek i organizacya nadzoru nad jawną

i tajną prostytucyą. Komitety lekarsko-policyjne i działalność takowych.

3) Opieka szpitalna nad prostytutkami dotkniętemi kiłą.

Rozporządzenie policyjne dotyczące zabijania bydła w Szlezwiku.

Zabijanie wszelkiego bydła, z wyjątkiem drobiu, ma być uskuteczniane po poprzedniem ogłuszeniu zwierzęcia przez uderzenie w głowę albo za pomocą odpowiednich przyrządów, odurzających albo za pomocą przyrządów, sprowadzających bezpośrednią śmierć.

Przy zabijaniu bydła większego potrzeba przynajmniej dwóch silnych, dorosłych mężczyzn, z których jeden trzyma głowę zwierzęcia, za pomocą odpowiedniego urządzenia, drugi zaś wykonywa odurzenie zwierzęcia albo bezpośrednio zabija.

Zawieszanie wszelkiego bydla rzeźnego podczas zabijania i skubanie drobiu jeszcze żyjącego jest surowo zabronione.

Zabijanie wszelkiego bydla i drobiu ma się odbywać tylko w miejscach zamkniętych i dla publiczności niedostępnych, w ogóle w miejscach od dróg, gościńców, ulic lub placów oddalonych.

Dzieciom niżej 14 lat nie wolno przypatrywać się zabijaniu zwierząt.

Zabijanie podług rytuału żydowskiego (rzezanie) ma być wykonywane przez biegłych rzezaków. Oprócz tego odnoszą się do tego rzezania następujące zarządzenia.

Pokładanie bydla większego ma się odbywać tylko za pomocą odpowiednich przyrządów, wstrzymujących wszelkie nagle wywrócenie zwierzęcia, jakoteż wszelkie bolesne uszkodzenie ciala. Używane do tego celu liny muszą być mocne i gibkie.

Podczas pokładania należy głowę zwierzęcia podtrzymywać i tak kierować, aby nie nastąpiło uderzenie nią w podłogę lub wyłamanie rogów.

Przy pokładaniu zwierzęcia ma być rzezak obecny, aby natychmiast mógł przystąpić do rzezania. Czynność tę powinien wykonywać szybko i pewnie.

Nietylko w czasie samego aktu rzezania, lecz takze w czasie kurczów mięśniowych należy glowę zwierzęcia stale utrzymywać aż do chwili śmierci.

Za wykonywanie powyższych przepisów policyjnych są odpowiedzialni nietylko właściciel zwierzęcia, jeżeli jest przy tej czynności obecny, lecz także przedsiębiorcy lub kierownicy.

Przekroczenia powyższych zarządzeń będą karane karą pieniężną do 60 marek, a w razie niemożebności odpowiednim aresztem.

Malarstwo na porcelanie. W fabrykach porcelany w Limoges, w ostatnich latach padło ofiarą zawodu 22 młodych robotnic, zajmujących się wyłącznie nakładaniem farb na rysunki wyciśnięte na wilgotnej glinie. Posługują się wałkiem z waty, zapomocą którego przenoszą farby na porcelanę. Te ulegają rozpylaniu a robotnice wdychają pył. Po niejakim czasie okazują się u dziewcząt objawy zatrucia ołowiowego, a przyczyna zatrucia leży przedewszystkiem w wdychiwaniu żółtej, czerwonej i brunatnej farby, zawierającej chroman ołowiu.

Grzyb domowy. E. Gotschlich dowiódł przez doświadczenia na zwierzętach i przez hodowanie grzyba domowego w rozmaitej ciepłocie, że nie można mu przypisać znaczenia ani trującego ani pasorzytnozakaźnego tak dla ustroju ludzkiego jak i zwierzęcego. Grzyb ten tak niebezpieczny dla drzewa, jest całkiem niewinny dla człowieka. Nie wysnuwa atoli autor ztąd wniosku, aby go w domach nie tępić. Jest on ważną hygieniczną wskazówką, że istnieje nadmierna wilgoć ścian i powietrza, która może sprowadzić szkodę dla zdrowia. Z tego powodu i mieszkania z grzybem domowym uważa autor za szkodliwe zwłaszcza, że i woń gnijącego grzyba dla osób nerwowych bywa nieznośna.

Restauracye warszawskie. Latem roku zeszłego do szeregu prac programowych urzędu lekarskiego miasta Warszawy weszła ankieta jadłodajni, celem jej było możliwie dokładne i kompetentne rozejrzenie się w stanie hygienicznym zakładów, oraz następne opracowanie regulaminu, któryby służyć mógł jako stałe kryteryum wymagań policyi sanitarnej.

Pytania ułożono następujące:

1) gdzie znajduje się restauracya, 2) piętro, 3) wodociąg, 4) kanaizacya, 5) ilość pokoi, 6) kuchnia pod względem obszerności, 7) stan trzonu kuchennego, 8) lodownia, 9) średnia liczba gości, 10) czy wydawane są obiady? 11) ceny, 12) gdzie nabywane są produkta spożywcze, 13) co robi się z resztkami potraw, 14) czystość kuchni, spiżarni, statków kuchennych i stołowych, 15) czystość i obfitość bielizny stołowej i kuchennej, 16) gatunek produktów spożywczych, 17) świeżość produktów, 18) czy restauracya służy za lokal, 19) czy

w kuchni sypia ktokolwiek, 20) czy są oddzielne ustępy, 21) usługa, 22) uwagi.

Drowi Polakowi zaszczytnie znanemu hygieniście warszawskiemu polecono następnie opracowanie nagromadzonego materyału, który się składał ze 167 opisów pojedynczych zakładów.

Zakłady te podzielić było można na następujące grupy, kierując się po części wysokością cen, po części firmą, ulicą, komfortem ogólnym, klasą publiczności: restauracye pierwszorzędne w liczbie 13, restauracye drugorzędne w liczbie 23, restauracye trzeciorzędne w liczbie 95, restauracye czwartorzędne w liczbie 17, restauracye żydowskie pierwszorzędne w liczbie 5, restauracye drugorzędne w liczbie 5. Szynki w których sprzedaje się żywność w liczbie 9.

Restauracye żydowskie pod względem pomieszczenia, komfortu, urządzenia i t. p. o tyle mało się różnią od siebie, że tylko na dwie klasy mogły być podzielone; jadłodajnie żydowskie wyższej klasy zbliżają się do drugo lub częściej trzeciorzędnych restauracyj chrześcijańskich, zaś niższej klasy jadłodajnie do czwartorzędnych chrześcijańskich.

Większość a mianowicie $^{6}/_{7}$ ogólnej liczby restauracyi mieści się na parterze; $^{10}/_{11}$ ogólnej liczby zaopatrzone są w wodę z nowego wodociągu; natomiast liczba nieskanalizowanych jadłodajni przewyższa $^{1}/_{3}$ cyfry ogólnej. Większość restauracyj składa się z 2—4 pokoi dla gości; w większości bywa 50—200 osób dziennie, lubo istnieją restauracye liczące przeszło po 1000 gości dziennie. Ogrody i werendy napotykano tylko przy restauracyach pierwszych trzech klas i nigdy przy żydowskich jadłodajniach. Kuchnię ciasną obserwowano w $^{1}/_{4}$ ogólnej liczby restauracyi; w 10 zakładach kuchnia znajdowała się w mieszkaniach właściciela lub nawet w pokoju jadalnym dla gości. Sam trzon kuchenny z bardzo małemi wyjątkami znajdował się w porządku, co łatwo jest zrozumiałem, gdyż stanowi on warunek najniezbędniejszy funkcyi zakładu.

Lodownie pokojowe niezmiernie rozpowszechnione są w restauracyach; znaleziono je w $^{2}/_{3}$ ogólnej liczby zakładów a w niektórych mianowicie pierwszorzędnych zakładach znajduje się 2 lub więcej takich lodowni. Natomiast lodownie podwórzowe lub w piwnicach do rzadkich rzeczy zaliczone być winny, a przytem, nawet jeżeli istnieją, to zwykle tylko do konserwowania piwa są używane. Całkowite obiady wydawane są w $^{7}/_{10}$ ogólnej liczby zakładów (szynki wyłączając), a cena ich bywa najrozmaitszą począwszy od 20 a na-

wet — zwłaszcza w niektórych garkuchniach staromiejskiej okolicy — od 15 kopiejek, a kończąc na 1 — 2 rubli. W ogólności przeszło połowa restauracyi odznacza się nizkiemi cenami.

W $^2/_3$ ogólnej liczby zakładów znajdowano produkty w średnim gatunku, zbliżone do gatunków używanych w domach prywatnych średniej zamożności. W $^1/_5$ liczby zakładów obserwowano wysokie gatunki artykułów spożywczych; reszta przypada na nizki gatunek. Przeważnie odnosi się to do mięsa. Na szczególną uwagę zasługuje t. zw. okrasa, czyli tłuszcze używane do przyrządzania potraw. Otóż restauracye o cenach nizkich nie używają masła wcale, najczęściej zaś posługują się szmalcem, a rzadko t. zw. fryturą t. j. tłuszczem wytopionym z resztek mięsa. W restauracyach wyższych rzędów masło przeważnie sprowadza się ze wsi, najczęściej na podstawie rocznej umowy z producentami. Oleo-margaryna nieznalezioną była ani razu i widocznie nie używa się ona wcale w restauracyach tutejszych, co wytłómaczyć się da okolicznością, że cena jej u nas nie wiele jest niższą od cen masła; dla restauracyj więc takich produkten nie jest przystępnym, dla drogich zaś nazbyt mała różnica w cenie z masłem czyni artykuł ten niepożądanym o ile, że pod względem gastronomicznym niewątpliwie ustępuje on masłu.

Produkty zupełnie zepsute wykryto w dwóch restauracyach, wątpliwej zaś świeżości w 8.

Wbrew rozpowszechnionemu mniemaniu o używaniu w restauracyach niedojedzonych potraw do przyrządzania pasztecików, pierogów i. t. p., podejrzenia tego nie potwierdziła bynajmniej ankieta. W 16 tylko jadłodajniach niższego rzędu wykryto resztki schowane do użycia na dzień następny. W 107 jadłodajniach resztki od potraw zrzucają się do kubłów i sprzedają stałym odbiorcom jako pokarm dla zwierząt, w 5 używane są na miejscu w tymże celu, w 19 oddają się służbie lub ubogim. Tłuszcz pozostały (topiony) w większych restauracjach zlewa się do kadzi lub beczek i sprzedaje do fabryk mydła i świec, zaś w jednej z liczby zbadanych restauracji służy do przyrządzania mydła do własnej pralni. Potrawy mięsne dla służby często przyrządzane są, mianowicie w większych zakładach z obrzynków surowych produktów, naprz. polędwicy i t. p.

Kuchnie zaniedbane pod względem czystości ogólnej obserwowano przeszło w $^1/_4$ ogólnej liczby jadłodajni, prawie wyłącznie w zakładach niższej kategoryi. Przytem zauważyć wypada, że częstokroć potrawy niesmaczne, czyniące złą opinję zakładom, przyrządzane są

w najczyściejszych kuchniach, czyli że gastronomja nie idzie tu często w parze z czystością i hygjeną.

Śpiżarni brak w mniejszej połowie liczby ogólnej zakładów; wytłómaczyć się to daje rozpowszechnieniem lodowni pokojowych, W 17 wypadkach śpiżarnia była brudno utrzymaną. Tu można wtrącić fakt spostrzeżony, że w niektórych (w tej liczbie żydowskich przeważnie) restauracyach lodownie pokojowe źle były utrzymane, lub znajdowały się w podwórzu nad rynsztokiem, nawet raz — koło wychodka.

W $^{1}/_{7}$ wypadków statki kuchenne nie znajdowały się w stanie należytej czystości lub też rądle były niepobielone. Czyszczenie noży i tembardziej widelców pozostawia wiele do życzenia, często nawet po porządniejszych restauracyach; podobnie jak mycie statków kuchennych i talerzy; takowe dla oszczędności gorącej wody, rzadko zmienianej, często w brudnych pomyjach są płukane.

Bielizna stołowa nie używa się w $^{1}/_{5}$ ogólnej liczby zbadanych zakładów. W połowie pozostałej liczby restauracji bielizna stołowa była brudną. W wielkich restauracyach, zwłaszcza przy hotelach istnieją własne pralnie do serwet i obrusów, inne zakłady oddają te rzeczy do pralni lub praczkom prywatnym; zdarza się też w mniejszych restauracjach, że bielizna stołowa i kuchenna pierze się w mieszkaniu właściciela lub w kuchni nawet. Kuchnia służy za sypialnię dla służby w $^{1}/_{6}$ części ogólnej liczby zbadanych zakładów. Oddzielne ustępy znajdują się prawie wyłącznie w restauracjach pierwszego i drugiego rzędu; $^{4}/_{5}$ restauracye pozbawione są tej dogodności W 23 zakładach służby oddzielnej niema, a posługują gospodarze, w pozostałej liczbie usługa męzka, żeńska i mięszana prawie zupełnie równo jest podzielona.

W ogóle wykroczenia sanitarne tylko w zakładach niższych dwóch klas, w restauracyach żydowskich i w szynkach znaleziono, zaś w restauracyach pierwszych dwóch klas wyjątkowo rzadko. wyjąwszy chyba wspomniane wyżej mycie statków.

Zdobyta przez ankietę dyagnoza posłużyć ma do postawienia wskazań dla usunięcia objawów patologicznych jadłodajni tutejszych. których zresztą stan ogólny acz pozostawia jeszcze nie mało do życzenia lepszym się nawet wydał od opinji publicznej o restauracyach: a zważyć należy że oględziny we wszystkich wypadkach były nie spodziewane.

Ze środków jakie uważamy za właściwe zastosować w myśl

ogólnych sanitarnych wymagań prawa, wymienić należy przedewszystkiem następujące:

Wszystkie restauracye powinny być zaopatrzone w wodociąg, nowe zaś zakłady otwierane przy ulicach skanalizowanych powinny się mieścić w domach skanalizowanych i same posiadać kanalizację.

Zastosowane być powinny ze szczególnym rygorem przepisy względem czystości wszystkich pomieszczeń restauracyi. W szczególności do mycia statków należy mieć dwa naczynia z gorącą wodą, aby po umyciu naczyń takowe jeszcze raz były w czystej wodzie opłukiwane. Co zaś do czystości serwet i obrusów, należy zaznaczyć, że bielizna stołowa obowiązującą dla restauracyi nie jest i może być zastępowana zawsze świeżą bibułą, a serwety mogą być zastępowane również zawsze czysto utrzymywaną jasną ceratą. Służba powinna zachowywać jak największą czystość.

Produkty spożywcze nie tylko zawsze świeże być winny ale konserwowane w czystem otoczeniu, najlepiej zaś w lodowniach pokojowych. Chowanie resztek niezjedzonych ponownie dla użytku gości winno być wzbronionem.

Alkohol w stosunku do młodzieży i do szkoły. Prof. Forel w Zürichu, w wykładzie swym przytoczył następujące daty: Prof. Demme obserwował potomstwo 10 rodzin, gdzie ojciec a po części i przodkowie oddawali się pijaństwu, i 10 innych rodzin odznaczających się niezupełną wstrzemięźliwością, ale umiarkowaniem w używaniu wyskoku. Z pierwszej grupy pochodziło 57 dzieci, z tych umarło 12 wnet po urodzeniu z powodu braku sił żywotnych, 36 było nieprawidłowych, i to 8 idyotów, 13 epileptyków, 2 głuchoniemych, 5 pląsawiczych, 3 fizycznie zniekształconych, 5 karłów: 9 tylko rozwijało się fizycznie i umysłowo prawidłowo. Z tych ostatnich, ojciec 7 był pijakiem; natomiast ani matka, ani przodkowie ojca nie nadużywali wyskoku, podczas gdy z 37, których przodkowie lub matki oddawali się pijaństwu, tylko 2 rozwijało się prawidłowo. Z drugiej grupy (trzeźwych) pochodzi 61 dzieci; z tych umarło 3 z braku sił żywotnych, 2 na nieżyt narządu pokarmowego, 2 zapadło na pląsawicę, a 2 okazywało zniekształcenia fizyczne; 50 rozwijało się zupełnie prawidłowo.

Egipskie zapalenie ocz. W zimie zeszłego roku zwiedził Fuchs Egipt, przy której to sposobności badał liczne przypadki panujące w tym kraju zapalenia ocznego i porównał takowe z tymi obrazami

chorobowymi, które spostrzega się w Europie. Każdego w Egipcie podróżującego uderza przedewszystkiem ogromna ilość chorych na oczy. Nie można przejść bardziej ożywionej ulicy, by nie spotykać czy to zupełnie ślepych, czy jednookich, czy wreszcie ludzi z oczami zapalonemi lub ropiejącemi. Ślepy nie bywa tam prowadzony za rękę, jak u nas, lecz kładzie on rękę na barki idącego przed nim widzącego, choćby nim był jednooki. Szczególnie zbierają się ślepi w miejscach, gdzie są widoki otrzymania jałmużny. Wschód nie zna państwowej opieki dla niezdolnych do pracy, lecz pozostawia ich ogólnej dobroczynności, powtóre poleca koran jałmużnę. Na ulicy uderzyć musi, że wielu z ludzi spotykanych posiada jedno tylko oko, ogromne blizny rogówkowe, a przynajmniej brzegi powiek są przykryte strupami, a oczu na pół przymknięte. Nie mniej uderza opadnięcie powieki górnej tak cechujące dla jaglicy. Tem tłómaczy się śpiący wzrok największej liczby Egipcyan. Podróżujący więc doznaje ogólnego wrażenia o nadzwyczajnem rozpowszechnieniu chorób ocznych. Zapalenie egipskie przenosi się przez wspólne ściśnięte pożycie, wielką nieczystość, a szczególnie między dziećmi warstw ubogich, dalej przez palce, bieliznę, a bardzo często przez muchy, które w gęstych szeregach obsiadywają brzegi powiekowe, szukając pożywienia w wydzielinie ocznej. Dzieci nie odpędzają much tych, stanowiących wielką plagę Egiptu, bo osiadłyby wnet inne, to jeszcze nie nasycone. Stosunki egipskie różnią się od naszych: 1) nadzwyczajnem rozszerzeniem choroby między wszystkimi krajowcami, 2) zachorowaniem na jaglicę dzieci już w pierwszych latach życia a głównie, 3) nadzwyczajną częstością wielkich blizn rogówkowych (leukoma) lub gałek zanikłych. Co do przyrody zapalenia egipskiego, dochodzi Fuchs do następujących wniosków: zapalenie egipskie nie jest jednolitą chorobą, raczej są to dwie choroby, które przedewszystkiem zagrażają oczom Egipcyan: ostra rzeżączka i jaglica. Ostatnia jest częstszą, ale mniej niebezpieczną; najważniejszą przyczyną licznych oślepnięć jest ostra rzeżączka.

Krztusiec. W Paryżu krzątają się około urządzenia lecznicy na wsi dla dzieci dotkniętych ksztuścem. Lecznica ma być stacyą naukowo-obserwacyjną i równocześnie zapobiegać szerzeniu się choroby szczególnie w szkołach.

Praca dzieci w pruskim przemyśle. Młodocianych robotników w wieku 14—16 lat, obliczyli inspektorowie w r. 1894, 104886, czyli o 1255 mniej niż w r. 1893.

Dr. Karol Klecki habilitował się na docenta prywatnego patologii doświadczalnej w Uniwersytecie Jagiellońskim. Wykład odbył się na temat wstrząsu nerwowego, wypowiedziany jasno, treściwie, jędrną polszczyzną.

WYSTAWA HYGIENICZNA W WARSZAWIE (R. 1896).

(Ciąg dalszy)

IV. Ocena środków ubezpieczających od nieszczęśliwych wypadków i chorób zawodowych.

3. Program podkomitetu komunikacji.

A. Hygjena ogólna.

1. *Grunt.* Skład, powierzchnia i nachylenie gruntu. Analiza mechaniczna, fizyczna, chemiczna, mikroskopowa, bakterjoskopijna gruntu. Analiza powietrza gruntowego i wody gruntowej. Uzdrowotnienie gruntu.

2. *Powietrze i klimat.* Skład, własności fizyczne, pył nieorganiczny, organiczny i organizawany. Badanie powietrza. Meteorologja.

3. *Woda.* Skład, znaczenie chemiczne. Badanie chemiczne, mikroskopowe i bakterjologiczne. Zaopatrywanie w wodę. Oczyszczanie i sposoby poprawy własności wody. Lód.

B. Hygjena podróżnych.

1. Pokoje pasażerskie, przystanie, wagony pasażerskie, kajuty pasażerskie. Materjały budowlane. Wentylacja. Ogrzewanie. Oświetlenie. Ustępy.

2. *Pożywienie i napoje.* Bufety na kolejach i parostatkach. Kuchnie. Lodownie.

C. Hygjena pracowników kolejowych.

1. Mieszkania, koszary, budki, biura, warsztaty, izby telegraficzne, kasy, pokoje dyżurów, poczekalnie, przedziały służbowe, brankardy, breki, parowozy, pomieszczenia dla służby na parostatkach.

Materjały budowlane. Wentylacja. Ogrzewanie. Oświetlenie. Ustępy. Kąpiele. Odległość od miejsca pracy. Ilość godzin pracy i spoczynku.

D. Profilaktyka i ratownictwo.

1. *Zabezpieczenie od wypadków na linii i w warsztatach.* Sygnały, telegrafy, telefony. Badanie wzroku, słuchu i stanu zdrowia służby kolejowej.

2. *Zabezpieczenie od chorób.* Wagony sanitarne. Wanny do przewozu zwierząt i produktów spożywczych. Kwarantanny. Dezynfekcja podróżnych i rzeczy. Dezynfekcja wagonów i parostatków. Szczepienia ochronne.

3. *Organizacya pomocy lekarskiej na kolejach:* a) w nieszczęśliwych wypadkach nagłego zasłabnięcia, b) organizacja stałej pomocy lekarskiej dla pracowników kolejowych i w żegludze parowej. c) domy inwalidów.

E. Statystyka.

1. Nieszczęśliwych wypadków.
2. Chorób (choroby zawodowe).

F. Ocena środków zabezpieczających od nieszczęśliwych wypadków na kolejach i w warsztatach.

KOMITET SZPITALNY.

1. Historja i literatura szpitalna. Historja szpitalnictwa w Polsce, 2. Mapa szpitali i przytułków w Królestwie. 3. Główne typy architektury szpitalnej — modele i plany. 4—9. Szpitale specjalne jakoto: dziecięcy i szczegóły jego urządzenia, szpitale i przytułki położnicze dla chorych na oczy, dla wenerycznych i skórnych, dla obłąkanych. dla chorób epidemicznych. 10. Plan i model szpitala wiejskiego, 11. Baraki i namioty dla chorych. 12. Materjały budowlane: ściany i materjał na takowe, podłogi i ich gatunki. 13. Wentylacja i ogrzewanie. ilość przestrzeni na chorego. 14. Wychodki, nocniki, kubły, kaczki. 15. Sprzęty szpitalne, łóżka, szafki, fotele, stołki i stoliki. łóżka ze stolikami, fotele ze stolikami. 16. Pościel, materace, kołdry i t. p. 17. Odzież dla chorych i rekonwalescentów. 18. Oświetlenie szpitala i sal dla chorych. 19. Wanny, kąpiele, prysznice i t. p. urządzenia hydropatyczne. 20. Sale operacyjne, sekcyjne, sale izolacyjne. 21. Materjały opatrunkowe. 22. Kuchnie i lodownie. 23. Pralnie. 24. Lektyki i wozy sanitarne. — Wagony, krzesła i nosze. Karetki dla chorych zaraźliwych. 25. Kamery dezynfekcyjne. dezynfekcja odzieży i pościeli 26. Dyeta dla chorych. 27. Naczynia do potraw i do noszenia takowych z kuchni. Statystyka szpitalna. Buchalterja. 28. Hygjeniczne urządzenie zdrojowisk i miejsc klimatycznych.

PROGRAM HYGJENY ODZIEŻY.

I. Bielizna.

A) Uwagi ogólne. 1. Materjał: płótno lniane, konopne, bawełna, wełna, jedwab.

2. Barwa: bielizna biała, kolorowa, czarna. Barwniki szkodliwe i łatwe sposoby ich wykrycia.

B) Bielizna kobieca. 1. Koszule: krój, karczek, długość rękawów, długość koszuli, szerokość kołnierzyka.

2. Majtki: krój, długość, szerokość, zapinanie w pasie.

3. Spódnice: długość, szerokość u góry i u dołu.

4. Pończochy: materjał i barwa, długość, stosunek do majtek.

5. Chustki do nosa.

C) Bielizna męzka. 1. Koszule: nocne i dzienne, kołnierzyki stojące i wykładane, obwód kołnierzyka, obwód mankietów, krój i długość koszuli.

2. Gacie: krój, długość i szerokość nogawek, zapinanie w pasie, zapinanie u dołu — strzemiączka, tasiemki, gumki.

3. Skarpetki i pończochy.

4. Chustki do nosa.

D) Wykaz tablic objaśniających i okazów uznanych przez komitet jako wzory.

II. Części ubrania noszone na bieliznie.

A) Uwagi ogólne. B) Ubranie kobiece.

1. Gorset: *a*) materjał. Tkanina: perkal, gaza, jedwab. Części elastyczne, stalki, fiszbiny, sznury, sznurówka. *b*) Krój: wysokość gorsetu, wycięcie u góry i u dołu. *c*) Sposób zapinania. *Rodzaje gorsetów:* zwyczajne, ulepszone, szwedzkie; biusthalter. Staniczki noszone na gorsecie i cache-corset.

2. Halki i spódniczki: zimowe i letnie; materjał, barwa, krój, obwód u góry i dołu — długość.

3. Podwiązki: materjał, sposób umocowania.

C) Męzkie. 1. Kaftaniki noszone na bieliznie, kaftaniki zastępujące szelki.

2. Szelki i podwiązki do spodni, materjał, gatunki.

3. Podwiązki chłopców.

III. Ubranie.

A) Ubrania kobiece. Uwagi ogólne. *a*) Materjały zimowe i letnie, barwa; *b*) Krój dla uczących się (mundurki); bluzki, stanik do paska, stanik przyszywszy do spódniczki, długość spódniczek.

B) Ubranie mężczyzn i chłopców. 1. Kurtki: materyał, krój, szerokość w kołnierzyku, ramionach i piersiach, długość, rękawy. Surduty, mundury.

2. Kamizelka lub stanik połączony ze spodniami, sposób zapinania, szerokość, długość.

3. Spodnie: szerokość w pasie, szerokość i długość nogawek, sposób zapinania.

IV. Ubrania zwierzchnie.

1. Okrycia głowy. A) Uwagi ogólne. Materyał, barwa, obwód głowy, ochrona oczu, waga, przewiewność. B) Kapelusze dziewczynek. Kapelusze cieplejsze, czapki, kapotki. C) Chłopców *czapki i kapelusze.* Daszki, podszewka, waga, obwód.

2. Okrycia. A) Uwagi ogólne. Materyały zimowe, letnie, jesienne. Długość, waga, sposób zapinania pod szyją i z przodu, obwód u dołu, barwa. B) Dziewczęce, a) *Mantylki* i *pelerynki.* b) *Kaftaniki.* c) *Serdaki.* d) *Salopki, rotundy.*

C) Chłopców. 1. Pelerynki.

2. Paltoty i szynele.

V. Obuwie.

A) Uwagi ogólne. Stopa normalna i zniekształcona przez obuwie.

1. Materjał: skóry cienkie, grube, lakierowane, płótno i prunele.

B) i C) 2. Krój: ogólna forma obuwia. Obuwie normalne Meiera, i t. p. obuwie szwedzkie. Zwykła szerokość w palcach; Krój podeszwy, obcas, cholewka—wysoka, Kamasze z gumami, kamasze i trzewiki sznurowane, pantofle, sandałki. Korki i wkładane podeszwy. D) Okazy do wystawy.

VI. Dodatki.

1. Woalki: barwa, gęstość tkaniny, materjały, sposoby wiązania.
2. Chustki na głowę i baszłyki. Sposób wiązania, materjały.
3. Chustki na szyję, szaliki, cache-nez.
4. Rękawiczki. Materjały: nici, skóra, flanele, wełna, krój i długość.
5. Mufki: materjał, rozmiary, sposób noszenia.
6. Paski. Materjał: skórzane, gumowe, ryngurty (taśma konopna, wełniana).
7. Pledy.
8. Kamasze: sukienne i włóczkowe.
9. Kalosze: Skórzane, gumowe, z materyi nieprzemakalnych, okładane futrem.
10. Laski.
11. Parasole i parasolki: wielkość, waga, barwa.
12. Wachlarze.
13. Biżuterja.

KOMITET FARMACEUTYCZNY.

1. Literatura fachowa i zabytki apteczne.
2. Przyrządy i maszyny, używane do wyrobu przetworów leczniczych.
3. Utensylja apteczne.
4. Przetwory chemiczno-farmaceutyczne.
5. Przetwory farmaceutyczne.
6. Materjały surowe lecznicze.
7. Wody mineralne naturalne i sztuczne.
8. Środki opatrunkowe.
9. Kosmetyki.
10. Środki lecznicze zafałszowane i surrogaty.
11. Trucizny, przyrządy do wykrywania ich i odtrutki.
12. Preparaty i rysunki mikroskopowe.

KOMITET STATYSTYCZNO-METEOROLOGICZNY.

I. System dokonywania badań.

A. Statystyka. Szematy, tablice, grafiki, książki i broszury, dotyczące przedmiotu.

B. Meteorologja. a) Stacja meteorologiczna, w niej zaś: barometr rtęciowy, aneroid, psychrometr, hygrometr Sassure'a, termometr maksimalnej i minimalnej temperatury, pluwiometr, anemometr (chociażby najprostszej konstrukcji) narzędzia samopiszące i wogóle główne typy narzędzi służących do obserwacji, b) tablice poprawek i psychrometryczne, księgi i szematy do zapisywania spostrzeżeń, c) kompas słoneczny i tablica równania czasu, d) plany, mapy, książki i broszury.

C. Hypsometrja, geologja i hydrografja. Plany, mapy, grafiki książki i broszury, dotyczące przedmiotu.

D. Antropometrja. Narzędzia i metody.

II. Rezultaty badań i prace komitetu.

A. Statystyka. 1) *Ludność* podług powiatów. Ludność miast większych. Podział ludności Warszawy podług wieku, zajęć i cyrkułów policyjnych. 2) *Ruch ludności:* małżeństwa, urodzenia, zachorowania i śmiertelność. 3) Dane statystyczne o *mieszkaniach.* 4) *Związek zarządzeń sanitarnych ze śmiertelnością.* 7) *Związek warunków atmosferycznych ze śmiertelnością.* 8) *Ceny artykułów pierwszej potrzeby.*

B. Meteorologja. 1) *Barometr:* zmiany ciśnienia w czasie i rozkład ich na powierzchni danego terytorjum. 2) *Temperatura powietrza,* jej okres roczny i dzienny. Izotermy. Linje izometralne. *Temperatura wody i gruntu.* 3) *Aktynometrja.* 4) *Wilgotność powietrza:* jej okres roczny i dzienny. Rozkład śr. rocznej lub sezonowej wilgotności na powierzchni danego terytorjum. 5) *Opady:* okres roczny. Deszcz śnieg, grad. 6) *Wiatr:* róże wiatrów. 7) *Zawartość ozonu, kwasu*

węglowego, pyłu i bakterji w powietrzu. 8) *Burze:* częstość ich w różnych porach roku i w różnych miejscowościach.

C. Działy dodatkowe. 1) Hypsometryczne pomiary Królestwa i krajów ościennych. 2) Badania hydrograficzne. Stan wody na Wiśle. 3) Pokłady geologiczne w Królestwie Polskiem i krajach ościennych. 4) Warstwy gruntowe m. Warszawy i stan wody gruntowej.

D. Antropometrja. Dane dla Królestwa.

KOMITET HYGJENY LUDOWEJ.

1) Żywienie się ludu. Pokarmy i napoje: jakość, ilość i sposób przyrządzania pokarmów, właściwości od pory roku, pory dnia, oraz zwyczajów i obyczajów zależne. Dnie robocze, świąteczne, postne. Wielkie święta. Wartość pieniężna spożywanych pokarmów i jej stosunek do wysokości zarobku w danej miejscowości. Kategorje mieszkańców ze względu na różny stopień ich zamożności a stąd wynikające różnice w żywieniu się. Używki. Żywienie się w czasie wyjątkowym, głód, przednowek. Ordynarje. Zafałszowania pokarmów, ich surogaty. Sposób przechowywania materjałów spożywczych. Karmienie noworodków: naturalne i sztuczne.

2) Budownictwo wiejskie. Materjały budowlane, sposób budowania, objętość zamieszkanych przestrzeni (izb) rozkład światła w nich i rozmiary okien, ogrzewanie i oświetlanie, rodzaj podłogi. Łóżka i łoża (sypianie pospołu). Otoczenie budynku, a w szczególności: czy posiada ogród i jaki (warzywny, owocowy, kwiatowy, przemysłowy itd.)

Opracowane być winny: a) Chata wiejska. b) Szkoła i jej stan obecny wraz ze wszelkiemi danemi statystycznemi. c) Dwór, czworak, ośmiorak. d) Karczma, herbaciarnia, szynk. e) Rzeźnie małomiasteczkowe lub w osadach. f) Szpital wiejski lub małomiasteczkowy do 25 łóżek, na prowincji funkcjonujący. g) Budynki przemysłowe wiejskie. h) Kościół wiejski, kaplica. i) Cmentarze różnych wyznań, sprawdzenie zgonów.

3) Hydrologja a w szczególności: Stosunek zamieszkanych przestrzeni do wód przez nie przepływających; rzeki, jeziora, stawy, sadzawki. Fabryki z wodami w stosunku będące; sposoby spożytkowania wód tych przez lud w drobnym przemyśle, moczenie lnu, konopi, farbiarnie i t. d. ze względu na warunki zdrowotne. Podział: *a*) **Źródła**, skąd się czerpie woda do picia i gotowania. *b*) **Stan studzien.** Ich stosunek do zbiorników wody zanieczyszczonej: gnojówki, sadzawki z gnijącemi substancjami i t. d.

4) Sposoby niesienia pomocy lekarskiej. Lekarze rządowi, wolnopraktykujący, dominjalni, fabryczni. Felczerzy, akuszerki, babki wiejskie. Szczepienie ospy. Opieka nad dziećmi pod nieobecność rodziców. Instytucje filantropijne dla dzieci wogóle. Kolonje letnie dla ubogich dzieci.

5) Dane liczebne celem oznaczenia *w jakich rozmiarach lud korzysta ze szpitali prowincyonalnych.*

6) Partactwo lecznicze. Indywidua bezprawnem lekowaniem się trudniące. Główne rodzaje ich zgubnego wpływu na zdrowie ludu. Zwyczaje i zabobony bezpośrednio zdrowiu i życiu szkodliwe.

7) Ratowanie w nagłych wypadkach. Straże ogniowe ochotnicze.

8) Uszkodzenia przy obsłudze machin rolnych. Środki zapobiegawcze.

9) Kąpiele ludowe. Pranie bielizny. Ilość spotrzebowanego mydła; szczotka, grzebień.

10) Odzież z punktu widzenia hygjenicznego i etnograficznego. Starzyzna, odzież po zmarłych i zaraźliwemi chorobami dotkniętych. Naleciałości. Kostjumy ludowe.

11) Hygjena podróży. Typy wozów i ich budowa ze względu na zdrowie i bezpieczeństwo. Podróże wodne; berlinki, galary itd. Podróże piesze gromadne do miejsc bliższych i dalszych. Jarmarki, odpusty parafialne, wędrówki do miejsc odleglejszych w celach religijnych i t. d.

12) Apteka wiejska, dominjalna i małych miasteczek.

13) Stacje, uzdrowiska i miejscowości lecznicze. Wpływ urządzeń sanitarnych w miejscowościach leczniczych na otoczenie, a w szczególności na poprawę stosunków sanitarnych między ludem, *na dobrobyt i kulturę wogóle.*

14) Zwyczaje i obyczaje. Stypy pogrzebowe, chrzciny, obrzędy ślubne i inne zabawy ludowe *ze względu na hygjenę.*

15) Małe miasteczka. Ulice, domy, ścieki, ustępy, rzeźnie, cmentarze, oraz wszelkie urządzenia miasteczkom właściwe pod względem zdrowotnym.

16) Epidemje po wsiach i miasteczkach. Miejscowości *endemiczne.*

17) Zwierzęta domowe, epizoocje, choroby ze zwierząt na człowieka przechodzące. Spożywanie mięsa zwierząt padłych na choroby zaraźliwe. Przetrzymywanie zwierząt w izbach mieszkalnych. Mleko. Obory.

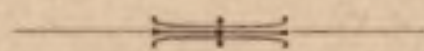
18) Drobny przemysł (po wsiach i miasteczkach) *pod względem wpływu na zdrowie.*

19) Dotychczas opublikowane wydawnictwa, mające na celu hygjenę ludową. Jakie byłyby pożądane obecnie.

20) Kolonje letnie. Urządzenia. Regulamin. Wpływ na zdrowie dzieci; plany, statystyka.

21) Towarzystwa Dobroczynności prowincyonalne. Urządzenia, domy, przytułki i kuchnie. Żywność. Statystyka.

22) Hygjena szkół ludowych.



SPIS ARTYKUŁÓW

zawartych

w VII-ym roczniku „Przewodnika hygienicznego" z r. 1895.

(Liczby odznaczają stronnice.)

Egzemplarze nadesłane Redakcyi.

Dr. Karol Klecki. O zapaleniu otrzewny w cierpieniach przewodu pokarmowego. Kraków 1895.

Dr. Karol Klecki. Recherches sur la pathogénie de la péritonite. Extr. des Annales de l'Institut Pasteur. 1895.

Wł. Ekielski. Zadania i stanowisko urzędu budownictwa miejskiego w Krakowie 1895.

Sprawozdanie z czynności zakładu nar. im. Ossolińskich za r. 1895.

Rok VIII. 1896.

PRZEWODNIK HYGIENICZNY

Pismo poświęcone sprawom zdrowia

założone przez

Prof. Dra Henryka Jordana

wychodzi nadal w Krakowie

w połowie każdego miesiąca

przy współudziale

znamienitych uczonych, badaczów i pisarzów

pod redakcyą

Dra PAWŁA RADECKIEGO

Prenumerata roczna 4 złr.

REDAKCYA i ADMINISTRACYA

Kraków, Mikołajska 8.

W imieniu Tow. Opieki zdrowia. — Wydawca **Prof. Dr. H. Jordan.**

Czcionkami Drukarni A. Słomskiego i Sp. w Krakowie.